

ROTEIRO 6
EDUCAÇÃO FÍSICA
3º ANO B



► **Atividade 1- Iniciação Handebol**

- Andar batendo a bola no chão, com uma mão só (imagem 1).
- Bater a bola no chão, segurar e realizar 3 passos segurando a bola. Depois, realizar a mesma sequência (imagem 2).
- Realizar um passe (arremesso) na parede e segurar a bola (imagem 3).
- Realizar um zigue-zague (pode utilizar chinelos para colocar no chão) batendo a bola no chão e, ao final, jogar a bola na parede (lembrando que, para bater a bola e lançar na parede, deve-se usar apenas uma mão) (imagem 4).
- **Imagens no próximo slide.**



Imagem 1



Imagem 2



Imagem 3



Imagem 4



- ▶ **Atividade 2- Assistir vídeo sobre Ginástica (parada de mão).**
- ▶ **OBS: Realizar os exercícios do vídeo sempre acompanhados dos pais ou responsáveis.**



▶ Boas atividades para vocês!

▶ Um abraço, Prof. Rafael.

